

“Ci, których uważasz za bohaterów, to ludzie tacy jak ty. Sukces w dowolnym przedsięwzięciu to tylko zasługa uporczywości i ciężkiej pracy”.

Libby Jackson

Mistrzostwa Polski w Judo Osób z Niepełnosprawnościami w Elblągu

W dniach 26 - 28 maja w Elblągu odbyły się Mistrzostwa Polski w Judo Osób Niepełnosprawnych. Impreza organizowana pod szyldem Polskiego Związku Judo. W zawodach uczestniczyło ponad sto zawodniczek i zawodników z całego kraju. Nasz klub reprezentowało pięcioro zawodników, którzy wrócili z pięcioma medalami. W sobotę rano jechaliśmy na MOSiR w Elblągu i odbyło się ważenie wszystkich zawodników i było wielkie otwarcie zawodów. Na rozpoczęcie zagrali nam Hymn Narodowy. Potem zaczęły się zawody, gdzie zdobyliśmy medale:

- * Dawid Szweda - 58 kg - 1 miejsce
- * Bogumił Banach - 68 kg - 1 miejsce
- * Tadeusz Koczur - 90 kg - 1 miejsce
- * Marzena Piecha - 48 kg - 2 miejsce
- * Marcin Markiewicz - 100 kg - 2 miejsce

Wieczorem po zawodach poszliśmy zwiedzić Elbląg z naszym Trenerem Krzysztofem Budniokiem.

W niedzielę jechaliśmy do Zamku w Malborku na wycieczkę. A później jechaliśmy do domu, byliśmy bardzo zmęczeni. Dziękujemy naszemu Kierowcy Jankowi Wolasowi, że nas bezpiecznie odwiózł do domów, a naszemu Trenerowi dziękujemy za cierpliwość do nas i za przygotowanie do zawodów.



Marzena Piecha





David Szweda: W dniach 26 - 28 maja odbyły się Mistrzostwa Polski w Judo Osób Niepełnosprawnych w Elblągu. 26 maja wraz z moją koleżanką, kolegami, trenerem Krzysztofem i kierowcą Jankiem wyjechaliśmy na zawody. W godzinach wczesno wieczornych dojechaliśmy na miejsce. Po rozlokowaniu się w pokojach udaliśmy się na kolację a potem jeszcze udaliśmy się na małą wycieczkę nad Zalew Wiślany. Po powrocie z wycieczki poszliśmy spać. Następnego dnia o godz. 7.30 wstaliśmy i udaliśmy się na śniadanie, a zaraz po śniadaniu poszliśmy na halę, na której odbywały się zawody. Wszystko zaczęło się z opóźnieniem z racji ważenia wszystkich zawodniczek i zawodników. O godzinie 11.00 rozpoczął się trening obserwowany, a potem rozpoczęcie zawodów około godziny 15. Na początek odegrany został hymn państwowy, potem przemowy zaproszonych gości a następnie oficjalne rozpoczęcie zawodów. Wszystkie zawodniczki i zawodnicy byli podzieleni na grupy wagowe. Ja w swojej wadze miałem pięcioro zawodników łącznie ze mną. Ja wszystkie swoje walki

wygrałem w związku z czym wygrałem w swojej wadze i zdobyłem pierwsze miejsce. Po ukończonych zawodach udaliśmy się do swoich pokoi na mały odpoczynek, potem na kolację, a potem wraz z trenerem Krzysztofem na zwiedzanie Elbląga. Po powrocie poszliśmy spać. W niedzielę 28 maja przyszedł czas powrotu do domu. W drodze powrotnej udaliśmy się jeszcze do Malborka pochodzić koło tamtejszego zamku, który jest największym zamkiem na świecie, a potem już prosto do domku na zasłużony odpoczynek. Na zawodach było super i bardzo mi się podobało.



Serdecznie gratulujemy Naszym zawodnikom i życzymy dalszy sukcesów!



 **Znajdź nas na Facebooku** www.facebook.com/centrumsds

Regionalny Turniej Tenisa Stołowego w Choczni

Regionalny Turniej Tenisa Stołowego odbył się 6 czerwca 2023r. w Choczni. Wcześniej przygotowania do zawodów odbywały się w dwóch filiach „Centrum”, gdzie mamy stoły do tenisa. Na ul. Jagienki w Bielsku - Białej oraz w Bestwinie podopieczni doskonalili swoje umiejętności gry w tenisa stołowego w większej grupie, z której zostali wyłonieni najlepsi zawodnicy. Trenowali ze mną oraz terapeutkami z danej filii - Panią Anitą na ul. Jagienki oraz z Panią Moniką na Bestwinie. Na szczególną uwagę zasługuje nasza zawodniczka Marysia Sobczyńska poruszająca się na wózku inwalidzkim. Pośród 12 klubów biorących udział w Zawodach Beskidzkich Regionalnych Olimpiad Specjalnych, tylko my Klub „UDERZENIE” z „Centrum” miał zawodniczkę na wózku, która pięknie rozegrała swoje mecze. Także, Kasia Łaciak i Boguś Banach w rozegranych meczach pokazali wysoki poziom swoich umiejętności. Pozostali zawodnicy brali udział w Indywidualnym Konkursie Sprawności, gdzie dzielnie walczyli o najwyższą ilość punktów. Odbijając ping - pong rakieta, dłonią i serwami do sędziów. Nasi zawodnicy zdobyli następujące medale: złote - Marysia Sobczyńska, Kasia Łaciak i Maciej Konior, srebrne - Mateusz Gańczarczyk, Michał Masny, brązowy - Bogumił Banach, nasz najlepszy zawodnik, który walczył z mistrzami na zawodach. Brawa dla naszych medalistów!!!



Serdecznie pozdrawiamy Jola Proszyk, Anita Przyszlak oraz Monika Grygierzec.



Marysia Sobczyńska: Pierwsze zawody w tenisa stołowego w moim życiu. Na początku było ciężko, trudni przeciwnicy, a potem włączyła się adrenalina i poszło! Pierwsze zwycięstwo i złoty medal. Gratuluję wszystkim uczestnikom zawodów.



Kasia Łaciak: Na Beskidzki turniej w tenisie stołowym z „Centrum” pojechaliśmy do Choczni. W pierwszej kolejności grałam z koleżanką Basią i było bardzo dobrze, a potem musiałam czekać na drugą kolejkę i grałam z koleżanką Wiktoria. Na przerwie poszliśmy na ciepły posiłek i był bardzo dobry. Jak przyszliśmy to była dekoracja, a ja dostałam pierwsze miejsce.

 Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/centrumsds

Dzień Dziecka w "Centrum"

Dzień Dziecka w „Centrum” był fajny. Ogród i parkiet taneczny udekorowano balonami. Na imprezie wszyscy tańczyli i dużo się śmiali. Sabinka z Michałem miksowali muzykę. Pani Basia zadbała o pyszne przekąski, przygotowano dla Nas kiełbaski z grilla i lody. Wszyscy się świetnie bawili i do dzisiaj to wspominają. Była super zabawa :)

Gracja Boba



Dzień Dziecka, który znamy w Polsce, został zapoczątkowany przez pastora Charlesa Leonarda w stanie Massachusetts w USA. 2 czerwca 1857 roku pastor odprawił nabożeństwo poświęcone dzieciom i dla dzieci. Nazwał je Dniem Róży, Kwiatową Niedzielą, a następnie – Dniem Dziecka. /d.s./



DZIEŃ GODNOŚCI

W dniu 9 maja 2023 roku podopieczni "Centrum" wzięli udział w warsztatach z okazji DNIA GODNOŚCI OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ, które odbyły się na Wydziale Sztuki i Nauk o Edukacji w Cieszynie. Kampus uniwersytecki zamienił się w "Disneyland" i stał się miejscem integracji osób z niepełnosprawnościami, studentami, wolontariuszami i służbami mundurowymi. Organizatorzy przygotowali spotkanie z ratownikami medycznymi, strażakami, policją i służbą więzienną. Podopieczni mieli okazję poznać pracę i sprzęt w/w służb mundurowych. Z tej okazji przygotowaliśmy koszulki tematycznie związane z wydarzeniem i bawiliśmy się świetnie! Fotorelacja na naszej stronie internetowej. Zapraszamy :) (e.z.)



 Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/centrumsds



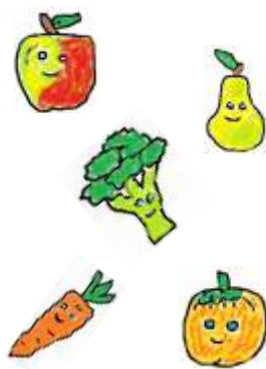
Pracownia stolarsko - ogrodnicza

Celem pracowni stolarsko - ogrodniczej jest nabywanie umiejętności z zakresu opieki nad roślinami i zwierzętami, posługiwania się narzędziami ogrodniczymi i stolarskimi. Do zadań uczestników pracowni od wiosny do jesieni należą m.in. dbanie o czystość wokół budynku, to jest usuwanie chwastów, koszenie trawy, podlewanie kwiatów, roślin, dbanie o ogródek warzywny. Natomiast zimą wykonywanie budek lęgowych i karmników dla ptaków oraz domków dla owadów. Zadaniem uczestników pracowni jest również opieka nad akwariem, m.in. regularne czyszczenie i zmienianie wody oraz karmienie rybek. Pracownia stolarsko - ogrodnicza współpracuje z pracownią kulinarną.



Warzywa i owoce z ogrodu wykorzystywane są do zajęć kulinarnych.

Opiekun pracowni: Wacław Piekietko, Aleksandra Lasko



Wycieczka do skansenu

Agnieszka Jasińska: Dnia 11 maja pojechaliśmy na wycieczkę do skansenu w Wągrowie. Oglądaliśmy Muzeum Małopolski Zachodniej. Były tam rzeczy do użytku codziennego ludzi. Byliśmy też w zabytkowym starym kościółku. Była z nami pani Danusia oraz pan Leszek. Moi koledzy i koleżanki tj. Dawid, Boguś, Wiesiu, Aga i Monika. Było super i fajne rzeczy oglądałam:)



Dawid Szweda: Dnia 10 maja wraz z moimi koleżankami i kolegami byłem w Muzeum Małopolski Zachodniej. Widziałem tam wiele ciekawych i interesujących mnie rzeczy. Między innymi przedmioty jakich używali ludzie w dawnych czasach i jak mieszkali ludzie Ci trochę biedniejsi i Ci bogaci. Na wycieczce bardzo mi się podobało.

Samochody w pigułce

Witam w kąciuku SAMOCHODY W PIGUŁCE. Dzisiaj opiszę imprezę, która miała miejsce w miniony weekend, a mianowicie American Cars Mania w Katowicach. Zapraszam do lektury.

W dniach 16 -18 czerwca w Katowicach na lotnisku Muchowiec miał miejsce zlot samochodów amerykańskich. Były tam nie tylko samochody amerykańskie ale też pokazy samochodów wojskowych. Na katowickim Lotnisku Muchowiec nie brakowało fanów amerykańskiej motoryzacji i kultury. Na zlotowiczów czekało wiele atrakcji, a piękna pogoda



sprzyjała podziwianiu zebranych tu amerykańskich aut. American Cars Mania to największe cykliczne wydarzenie tego typu w Polsce i jedno z większych w Europie Wschodniej, które łączy klimat międzynarodowych zlotów motoryzacyjnych, targów branżowych oraz imprezę rekreacyjnej. Chodzi nie tylko o amerykańskie samochody, ale także o charakterystyczne elementy kultury i historii Stanów Zjednoczonych Ameryki. Po raz pierwszy w swojej 10 - letniej historii wydarzenie zagościło w Katowicach i odbyło się na lotnisku Muchowiec w drugiej połowie czerwca tego roku. Punktem centralnym była wystawa pojazdów zza oceanu oraz prezentacja modeli, które nie są już produkowane od wielu lat, ale które wpisały się jednak we wspaniałą historię ogólnoświatowej motoryzacji. Oprócz prezentacji klasyków prezentowane były także nowe modele, w tym pojazdy elektryczne, aby zaznaczyć nowy kierunek motoryzacji i troskę o środowisko. American Cars Mania to nie tylko wystawa motoryzacyjna, ale także wydarzenie edukacyjne mające na celu poprawę bezpieczeństwa ruchu drogowego - zajęcia poprowadzili m.in. eksperci z Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Katowicach, a towarzyszyły im pokazy służb ratowniczych oraz szkolenia w udzielaniu pierwszej pomocy. Każdy z odwiedzających mógł być świadkiem wypadku i powinien wiedzieć, jak należy zachować się, aby uratować życie osobom poszkodowanym w wypadku komunikacyjnym.

W czasie American Cars Manii na Lotnisku Muchowiec na odwiedzających czekały liczne atrakcje:

- * strefa pojazdów klasycznych i nowoczesnych
- * strefa militarna wojsk amerykańskich
- * pojazdy policyjne
- * wyścigi na 1 mili
- * koncerty na żywo
- * miasteczko warsztatowe
- * lunapark
- * konkursy dla publiczności z nagrodami

Miejmy nadzieję, że jeszcze taka impreza zagości w Polsce.

/W artykule wykorzystano materiały z Internetu./

Pozdrawiam serdecznie :)

Dawid Szweda



Modowe porady Agaty

Stroje kąpielowe - lato 2023



W tym roku modne są przede wszystkim jednoczęściowe stroje kąpielowe, tankini oraz monokini. Jednak dla pań, które chcą podkreślić swoje kobiece kształty to doskonale sprawdzą się kostiumy kąpielowe z wyjmowanymi wkładkami push up oraz klasyczne bikini.

Tropikalne printy, to absolutny hit sezonu 2023! Tropikalne motywy, palmy, liście i egzotyczne kwiaty, na strojach kąpielowych, to idealny wybór dla miłośniczek wakacyjnego klimatu. Te wzory, to także świetne rozwiązanie dla pań, które chcą ukryć niedoskonałości sylwetki. Wzory odwracają uwagę od mankamentów i dodają stylu, charakteru Twojej letniej stylizacji. Wybór kolorów, fasonów i printów jest nieograniczony. Koniecznie zwróć uwagę na stroje kąpielowe z push up.

To rozwiązanie dla pań, które chcą podkreślić swoje kobiece

kształty. Stroje kąpielowe z tym podtrzymaniem (wzmocnieniem) optycznie powiększają, unoszą biust, jednocześnie dodając nam pewności siebie, tak ważnej dla nas kobiet (na plażę czy basenie). Kostium kąpielowy posiadający wkładki push up, to doskonały wybór dla pań, które cenią sobie wygodę, ale nie chcą rezygnować z atrakcyjnego wyglądu. Jednoczęściowe stroje kąpielowe są z kolei idealne dla pań, które chcą poczuć się pewnie i wygodnie, doskonały dla tej grupy pań, które chcą ukryć mankamenty sylwetki i skupić się na aktywnym korzystaniu z wakacji. Natomiast Tankini kąpielowe, doskonale zamaskuje niedoskonałości figury. Jeśli chodzi o tankini, to jest to opcja dla kobiet, które chcą połączyć zalety jednoczęściowego i dwuczęściowego stroju kąpielowego. Góra tankini, to przeważnie top/bluzeczka na ramiączkach, który często posiada push up. W połączeniu z szortami lub klasycznymi majtkami tworzy niebanalny look. Tankini kąpielowe, to komfortowe, wygodne i efektowne rozwiązanie. A może pokochasz w tym roku monokini? Monokini kąpielowe, to doskonałe rozwiązanie dla pań, które chcą połączyć dwie rzeczy – ukazanie, eksponowanie swojego ciała oraz wygodę gwarantowaną przez krój jednoczęściowy. Pamiętaj, że w tym sezonie będą królować kostiumy kąpielowe z wysokim stanem, które optycznie wydłużają nogi. Warto postawić więc na modele z ciekawymi wycięciami i pięknymi, tropikalnymi printami.

/W artykule wykorzystano materiały z Internetu./

P.S. Wybór należy do Was!!!



Powodzenia Agata :)

Humor w kropeczki :)



Na budowie:

- Ty, dlaczego rozdeptałeś tego biednego ślimaczka - pyta kolega.
- Nie wytrzymałem, cały dzień za mną łaził.

Przepełniony autobus wciąż stoi na przystanku.

- Dlaczego nie jedziemy? - denerwuje się jeden z pasażerów.
- Kierowca okazał się dżentelmenem - odpowiada ktoś z przodu - i ustąpił miejsca starszej pani.



Dzwonek do drzwi:

- Kto tam?
- Ja do wodomierza...
- Taki tu nie mieszka.



Oburzona babcia wchodzi do pokoju wnuczka:

- Od godziny wołam cię i wołam. Dlaczego nie przychodzisz?
- ale ja nie słyszałem, że babcia woła.
- To mogłeś chociaż przyjść i powiedzieć!



Przed egzaminem:

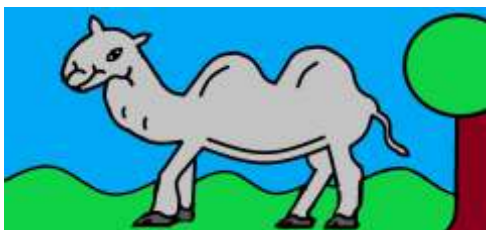
- Powtarzałeś coś?
- Tak.
- A co?
- Będzie dobrze, będzie dobrze...

Spotkanie z Panem Jackiem

Wczoraj w dniu 31.05.2023 roku w Środowiskowym Domu Samopomocy „Centrum” w Bestwinie odbyło się spotkanie z Panem Jackiem Cwetlerem. Rozmawialiśmy o wakacjach. Historia wakacji powstała w czasach starożytnych. Mogli pozwolić sobie na nie ludzie bogaci. Reszta musiała pracować na polu pana i w różnych fabrykach. Taki stan trwał do II wojny światowej. Kiedy skończyła się II wojna światowa, wtedy wakacje były dostępne dla wszystkich. Można było wyjeżdżać nad morze i w góry. Powstały organizacje huncerskie: Związek Huncerstwa Polskiego, Junackie Hufce Pracy, Ochotnicze Hufce Pracy.



Stawomir Śłosarczyk

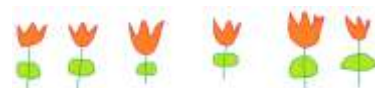


Spotkanie ze skautami

W pewną, deszczową środę odwiedzili nas harcerze ze stowarzyszenia Skauti Europy. Zastępowi opowiedzieli o zasadach harcerskich, nauczyli nas wiązania różnych węzłów np. ósemka, płaski. Bawiliśmy się w różne zabawy i gry oraz śpiewaliśmy piosenki, na koniec był poczęstunek i kielbaska.



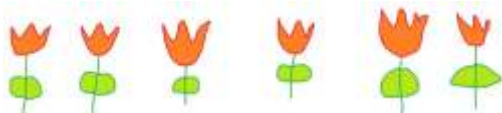
Sabina Dutka



W środę pojechaliliśmy na wycieczkę połączona z grą miejską w Ustroniu. Terapeuci wręczyli nam mapy i szukaliśmy znanych miejsc np. ratusz, muzeum czy biblioteka. Niesamowite wrażenie robił mural z motywem biblioteki w bibliotece. Pan dyrektor z biblioteki opowiedział nam historię powstania tego malowidła w 2011 roku. Rozwiązywaliśmy krzyżówkę pod biblioteką, oglądaliśmy i szukaliśmy postaci, przedmiotów na budynku związanych z książkami. Zwiedziliśmy zabytkową pijalnię wód oraz skosztowaliśmy zdrowotną wodę. Na koniec były lody i świetne zdjęcia pod murem.



Rafał Matuszny



W świecie robotów czyli RoboExpo

W C.H. Gemini Park Bielsko - Biała znajduje się niezwykła wystawa robotów i nowoczesnych technologii. Strefa wirtualna, symulatory jazdy oraz 50 nowoczesnych robotów z całego świata stworzonych do zadań specjalnych m.in.: od udzielania informacji, jako pomoc w sprzątaniu, programowaniu, grafice czy robozoo. Te i inne atrakcje czekają na Was.

Artur i Michał sprawdzili i polecają! /e.z./



Artur Rakotny: Wystawa robotów i nowoczesnej technologii zawsze była moim marzeniem. Interaktywna wystawa pozwala poznać różne typy robotów, które w życiu codziennym bardzo pomagają np. nalewają wodę, czytają prasę lub sprzedają bilety PKP i zapamiętują nasze twarze. Strefa wirtualna była

świetna z obsługą komputera, układanie klocków czy okularami Hololens. Symulator jazdy daje możliwości prowadzenia i poczucia się jak w prawdziwym bolidzie Formuły 1. Robozoo i Teatr Robotów pokazuje umiejętności poruszania się, reagowania na dźwięk czy głos. Polecam wszystkim wystawę.



Michał Hendzel: Roboexpo to najlepsza wystawa na której byłem dotychczas. Technologia i nowinki techniczne to moja pasja. Spotkałem Elvisa Presley'a i pośpiewałem z nim słynne „Love me tender”, fajne były robocie zwierzątka - pieski i koty, które przypominały prawdziwe, mrucały i szczekały, łasiły się. Dla ludzi, którzy podróżują walizka, która nigdy nie zginie, bo posiada specjalny chip oraz sama jedzie. Drukarka 3D drukowała ośmiornicę, to było fascynujące choć długotrwałe przedsięwzięcie. Największą frajdę sprawiło mi wejście w strefę wirtualną z obsługą komputera, lot paralognią czy układanie klocków. Symulator jazdy był naprawdę świetny, osiągnąłem prędkość 300 km/h i poczułem się jak Robert Kubica. Selfiarze, do których i ja należę mogą zrobić fajną fotkę i przenieść się do świata robotów. Musicie to zobaczyć i przeżyć.



MĘSKIE KINO Z „SZYBCYMI I WŚCIEKŁYMI”



Męskie grono Klubu Filmowego zaproponowało popołudnie w Heliosie z filmem „Szybcy i wściekli 10” w reżyserii Louisa Leterriera. Premiera światowa odbyła się 17 maja 2023 roku. W roli głównej Vin Diesel. Saga o mistrzach ulicznych wyścigów po raz dziesiąty wkracza do akcji i ratuje świat. Film zmierza do wielkiego zakończenia. Efekty specjalne, doskonała muzyka i ponad dwie godziny kina akcji.

Michał Hendzel: Filmy sensacyjne lubię. Serie „Szybcy i wściekli” oglądam od pierwszej części a dzisiaj oglądamy dziesiątą. Kino akcji, świetne sceny pościgowe, sportowe auta, które prowadzą

najlepsi kierowcy, efekty specjalne, style walk i strzelanina. Najlepsze sceny w filmie z helikopterami i kulą, która toczy się ulicami Rzymu. Najlepsza muzyka i aktorzy.

Mateusz Gańczarczyk: Mój ulubiony film akcji. „Szybcy i wściekli 10” są jeszcze bardziej szybcy i wściekli. Piękne i waleczne kobiety, sportowe auta, muzyka, sceny pościgowe z kaskaderskimi wyczynami, walki uliczne, strzelanina, wybuchy i efekty specjalne wbijają w fotel. Czarny charakter grany przez Jasona Momoa wprowadza dużo zabawnych i humorystycznych scen, fajne dialogi i zwroty akcji. Polecam prawdziwym facetom i już czekam na kolejną część.

M. Hendzel, M. Gańczarczyk + P. Edyta Zawita



Muzyka łączy pokolenia

„W moim magicznym domu”, „Samba na jedną nutę” czy „Mam ochotę na chwileczkę zapomnienia” każdy zna i nuci. Muzyka naszych rodziców może stać się naszą muzyką i pomostem pokoleniowym. Hanna Banaszak w 1976 roku debiutowała na Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu. W Bielskim Centrum Muzyki im. Marii Koterbskiej odbył się koncert Hanny Banaszak z cyklu „Koncerty dla wszystkich”. Wydarzenie muzyczne stało się pomysłem do wspólnego spędzenia czasu rodzinnie. Michał i Artur mogli posłuchać utworów i poznać piosenki z czasów młodości rodziców. /e.z/

Artur Rakotny: Piosenki Hanny Banaszak znam, ponieważ rodzice słuchali w domu. Mam kilka ulubionych utworów m.in.: „W moim magicznym domu” czy „Samba sikoreczka”. Koncert był świetnym pomysłem, często z mamą chodzimy na różnych artystów i potem rozmawiamy o tym, kupujemy płytę i dzięki temu, przedłużam sobie emocje z koncertu.



"Gra o Niepodległą"



Dnia 21 czerwca wraz z koleżankami i kolegami oraz p. Leszkiem i p. Danusią pojechaliśmy na wycieczkę do Oświęcimia zwiedzać tamtejszy zamek i muzeum miasta Oświęcim. Na zamku widziałem wiele ciekawych fotografii przedmiotów, których używano w czasie wojny i po wojnie. Po zwiedzaniu zamku przewodnik zaprowadził nas w podziemia, które są pod zamkiem. Tam bawiliśmy się w Grę o Niepodległą. Naszym zadaniem było wcielenie się w młodego rekruta, który wraz z Legionami Polskimi przebył całą ścieżkę od pierwszej wojny światowej, aż do odzyskania przez Polskę Niepodległości. Na wycieczce bardzo mi się podobało.

David Szweda

W dniu 21.06.23. byłem na wycieczce w Oświęcimiu w zamku, w którym zwiedziłem jak w dawnych czasach się mieszkało. Pierwsze pomieszczenie to były tam mapy z całego Oświęcimia, na których było widać lata, w których wybuchła wojna i jak powstawał Oświęcim. W drugim pomieszczeniu były umieszczone starodawne ubrania, jak to kiedyś się chodziło ubranym. W trzecim pomieszczeniu była sypialnia, w której stało duże łóżko, obok stał mały stolik na którym była toaletka, a obok stały stare szafki. W czwartym pomieszczeniu była umieszczona apteka z lekarstwami. W piątym pomieszczeniu były umieszczone stare rzeczy, jak to kiedyś wyglądała straż pożarna, były tam stare kaski i mundury strażackie, obok tego były umieszczone stare sprzęty sportowe, były to narty do skakania, łyżwy do jazdy po lodzie. Po tym wszystkim zeszliśmy pod ziemię i tam wykonywaliśmy różne zadania jak to walczyli na wojnie i w tym się zdobywało punkty. Kto zdobył najwięcej punktów to wygrał i na tym był koniec.



Szymon Kóska

PASJE NASZYCH PODOPIECZNYCH c.d.



Wywiad z Rafałem Błahutem:

Jak masz na imię?

- Rafał

Gdzie mieszkasz?

- W Bielsku-Białej.

Od kiedy uczęszczasz do „CENTRUM”?

- Od 23 lat jestem z Wami.

Jakie masz zainteresowania?

- Moje zainteresowania od zawsze dotyczyły rysowania, projektowania.

Jak to się zaczęło?

- Od dzieciństwa rysowałem i malowałem. Na zajęciach w pracowni komputerowej zająłem się grafiką. W odpowiednim programie zacząłem tworzyć swój świat, to co mnie otacza: natura, zwłaszcza drzewa, wierzby i choinki. Bardzo lubię kwiaty. Z czasem zacząłem też tworzyć budynki



i samochody. Na wszystkich obrazkach pojawiają się ludzie, czasami są to moi bliscy i koledzy, koleżanki z „Centrum”.

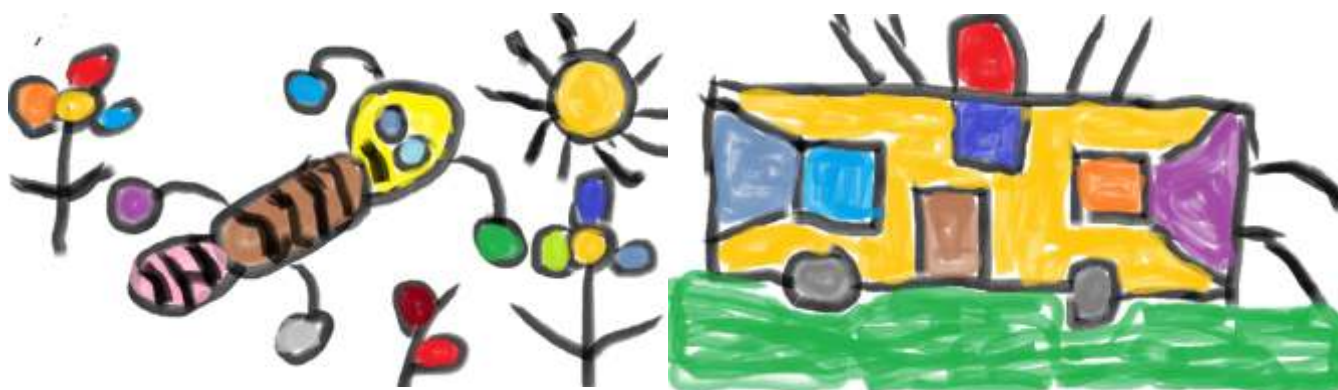
Skąd bierzesz pomysły?

- Inspiruje mnie wszystko, co dzieje się wokół mnie. Przeglądam się ludziom, zjawiskom, naturze. Obrazy przypominają figury geometryczne i mocne, soczyste barwy.

Czy masz możliwość realizować swoją pasję w „CENTRUM”?

- Tak. W poniedziałki pracuję z grafiką, a w pozostałe dni zajmuję się tradycyjnym malowaniem i rysowaniem. W domu posiadam komputer z programem graficznym i staram się pracować.

(e.z.)



Pracownia kulinarna Pani Izzy poleca: "Dip warzywny z ziołami"

Składniki do dipu:

- * 2 łyżki śmietany
- * 1 szklanka jogurtu
- * 2 ząbki czosnku, posiekane
- * 1 łyżka szczypiorku posiekanego
- * 1 łyżka liści pietruszki posiekanej
- * sól, pieprz do smaku
- * 1,5 łyżki octu balsamicznego

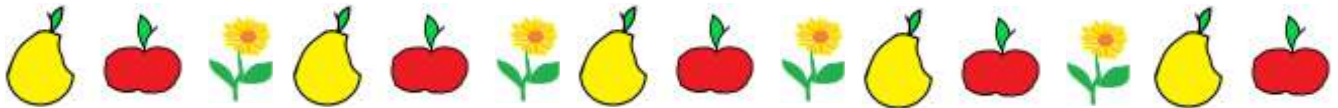
Wykonanie:

W małej misce połącz śmietanę, jogurt, czosnek, pietruszkę, szczypiorek, sól i pieprz do smaku. Gotowy dip przełóż do szklaneczek i utóż w nich warzywa pokrojone w paski.

Warzywa: papryka żółta, czerwona, ogórek świeży, marchewka. Wszystkie warzywa pokroić w paski.



Smacznego :)



Solenizanci miesiący: lipiec, sierpień

Jassica Dudek
Mateusz Gańczarczyk
Marek Goliasz
Michał Hąbel
Rafał Matuszny
Jacek Mola
Ada Muzyka
Łukasz Niemczyk
Antoni Pawełek
Adam Rogowski
Anna Rychlik
Igor Starzyński

Poszybować przez życie jak ptak,
Niezależny, wolny i szczęśliwy...
Poczuć prawdziwy życia smak...
Wszystkie kolorów...
Jasne i ciemne odcienie...
Mieć odwagę by wzbić się wysoko...
Przekroczyć sztywne granice...
I nie bać się spełniać swych marzeń...
Terzo w dniu urodzin Wam życzymy!

Julia Berezowska
Graża Boba
Jadwiga Borgiet
Paulina Łaciak
Katarzyna Rodak
Stawomir Ślosarczyk
Szymon Świerczyński
Janusz Tyszecki
Bartosz Wierzbowski

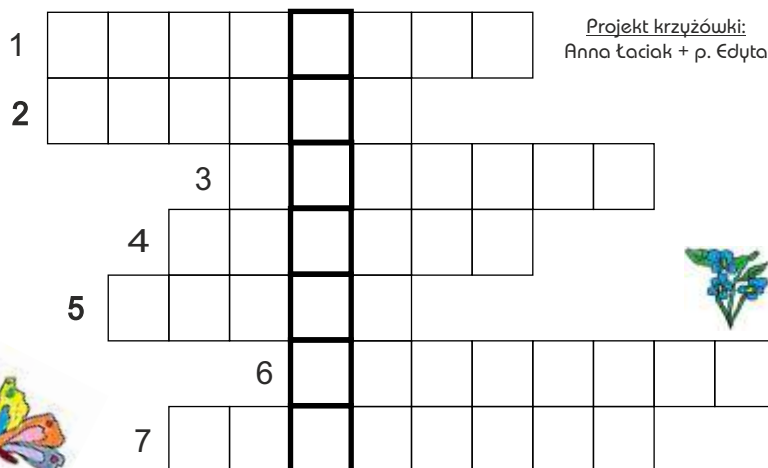


Ogłoszenie!

Zgodnie z Regulaminem Pracę "Centrum" Środowiskowy Dom Samopomocy w Bielsku - Białej ogłasza przerwę wakacyjną w dniach **31.07. - 14.08.2023r.**

Krzyżówka z hasłem nr 160

1. Miesiąc rozpoczynający wakacje.
2. Pakujesz do niego rzeczy, gdy idziesz na wycieczkę.
3. Przeciwnosteczne
4. Nakrycie głowy z daszkiem.
5. Jabłka, gruszki czy agrest.
6. Plaża nad morzem lub
7. Miesiąc kończący wakacje.



Projekt krzyżówki:
Anna Łaciak + p. Edyta

Hasło główne z krzyżówki nr 159

WIOSNA

1. Pierwiosnek 2. Bazie 3. Krokus
4. Jaskółka 5. Bocian 6. Marzec

Prawidłowo rozwiązali:

S.Dutka, I.Starzyński, M.Hendzel, A.Rakotny, H.Łaciak, D.Nikiel, M.Gańczarczyk, G.Boba, R.Łahut, I.Elsner, D.Janica, R.Matuszny, M.Byrski, Z.Węglik, A.Pawetek, Ł.Przygoda, P.Hula, M.Hybel, E.Krupa, A.Świader, D.Masny, M.Masny, A.Dunat, Sz.Kóska, M.Jędrzejczyk, P.Żurek, W.Iskrzycki, M.Świerk, D.Szweda, A.Jasińska, S.Szypuła, N.Szypuła, K.Łaciak, K.Mrozek, P.Dyłowicz, P.Czyż, M.Patczak

Za prawidłowe hasło nagrodę wylosował:

Kamil Mrozek

Gratulujemy :)

Podziękowania!

Materiały do pracowni przekazali:

P. Pałka, P. Sieminiński, P. Dudzik, P. Śliwa, P. Kóska, P. Midura
P. Kaczmarczyk, P. Szpura, P. Dyłowicz, P. Ślosarczyk,
P. Świerk, P. Świerczyński, P. Łaciak, P. Donocik, P. Szweda,

Serdecznie dziękujemy!

W gazetce zamieszczono rysunki -

Paint: P. M. Masny, D. Masny,
Sz. Kóska, P. Żurek,
Dziękujemy!



Ogłoszenia

Pracownia ceramiczna - Filia I - ul. Piastowska prosi o kolorowe szklane butelki, szklanki.

Pracownia świecy - Filia II w Bestwinie prosi o resztki świec, szklanki, kubki, olejki eteryczne.

Pracownia batiku i papieru - Filia II w Bestwinie prosi o białe poszewki i prześcieradła oraz gazety biało - czarne.

Filia II w Bestwinie prosi o antenę pokojową, filmy i bajki na DVD, płytę CD z fajną muzyką, płytę ze słuchowiskami, DVD.

Pracownia rękodzielnicza - Filia III - ul. Jagienki prosi o włóczki.

**Serdecznie dziękujemy
Panu Pawłowi Płoneczka
za przekazanie akwarium
z wyposażeniem do pracowni
stolarsko - ogrodniczej - Filia I.**



**Serdecznie dziękujemy
Państwu Midura
za przekazanie gramofonu
od darczyńcy
dla Filii II w Bestwinie.**